

# Hva gjør du når en elev ikke har det trygt og godt på skolen?

Hvis dere mistenker eller kjenner til at en elev ikke har det trygt og godt, skal dere snarest undersøke saken. Vi har laget råd om hva dere kan gjøre.

---

**ARTIKKEL** | SIST ENDRET: 13.01.2025

---

## Hva sier forskningen?

### Håndteringen av utrygt skolemiljø

Det er for mange elever som opplever at de ikke har det trygt og godt på skolen. Dette kan ha svært alvorlige konsekvenser både for enkeltmennesker og for samfunnet. Alle elever har rett til et trygt og godt skolemiljø. For å sikre dette har skolen en aktivitetsplikt.

Denne skal sikre at skolen handler raskt og riktig når en elev ikke har det bra på skolen.

Alle som arbeider i skolen skal følge med på hvordan elevene har det, og ha en god forståelse og praktisering av regelverket. Elever skal oppleve å være en del av et trygt og godt miljø der de blir sett og anerkjent.

Det er ofte sammensatte og ulike årsaker til at elever ikke har det trygt og godt. Det kan handle om mobbing, men det kan også være en opplevelse av utenforskap eller mistriivsel.

Alle situasjoner der en elev opplever å ikke ha et trygt og godt skolemiljø er ulike. Alle situasjoner krever at dere tar det på alvor.

Lytt til eleven og vis at du anerkjenner opplevelsen. Vis forståelse for elevens følelser og at du tåler å høre

det som blir fortalt. Ikke bagatelliser det som eleven forteller. Det er viktig at dere spør eleven om hvilke ansatte hen har en god relasjon og tillit til. Det er ikke alltid at eleven har best relasjon til kontaktlæreren.

## 1. Snakk med eleven straks du er bekymret

- Tenk over hvor du gjennomfører samtalen. Dere kan for eksempel gå en tur eller sitte i et grupperom.
- Tilpass lengde på samtalen etter elevens alder og modenhet.
- Tenk på hvordan du snakker ut ifra elevens alder og modenhet.
- Forklar hvorfor dere snakker sammen.
- Vær åpen om hva du gjør videre og når dere skal snakkes igjen, og at eleven kan komme til deg når som helst.
- Husk å hele tiden vurdere hva som er til elevens beste i samtalen.
- Vurder om det er behov for å sette inn noen strakstiltak. Eksempler på dette kan være å bytte plass i klasserommet, møte eleven på morgenen, at ansatte har en tettere oppfølging i overganger gjennom skoledagen og i utrygge områder.

## 2. Involver hjemmet og inviter til en samtale raskt

Hvis det er foreldrene som kontakter dere, er det viktig at dere er lyttende og spørrende.

Hvis det er dere som kontakter foreldrene, må de få god informasjon om situasjonen.

Vær åpen, bidra til å skape trygghet og tenk på hvordan du kommuniserer. Dere er den profesjonelle parten og må være forberedt på at det kan oppstå sterke følelser. Hvis eleven er over 18 år, så husk å spørre eleven om foreldrene skal kobles på.

Eleven må alltid inviteres inn i samtalen om hen ønsker det. Tilpass samtalen slik at eleven kan være delaktig tilpasset sin alder og modenhet.

Det er viktig at dere er oppmerksomme på, og jobber med, hvilke emosjonelle, fysiske, språklige og kulturelle barrierer som kan stå i veien for et godt samarbeid.

- Fortell hvorfor dere har invitert til samtale; om det har vært enkelte hendelser, om eleven har gitt uttrykk for å ikke ha det bra eller om det er noe dere eller foreldrene har kjennskap til eller mistanke om.
- La foreldrene komme til orde og fortelle uten å bli avbrutt.
- Informer om hva dere har gjort så langt og hva dere tenker å gjøre videre.
- La foreldrene komme med innspill på veien videre.
- Avtal neste møtepunkt.

- Send ut referat etter møtet.

Dere må raskt trygge eleven og foreldrene på at dere vil gjøre noe med situasjonen. Når det har gått en uke, kan eleven og foreldrene melde saken til statsforvalteren, hvis de mener at skolen ikke har gjort nok for å bedre situasjonen.

### 3. Begynn på en tiltaksplan

Når det skal lages tiltak i en sak, skal det også utarbeides en skriftlig plan. Erfaring viser at å opprette tiltaksplan tidlig kan bidra til felles forståelse for utfordringen, åpenhet om prosessen og fremdrift i saken. Statsforvalterne melder fra om at mange brudd i saker de får til seg, handler om at tiltaksplanen opprettes for sent.

Bli enig med elev og foreldre om hva som er utfordringen, legg til rette for at alle stemmer blir hørt og alle perspektiver er ivaretatt.

Strakstiltak og undersøkelser, både gjennomførte og planlagte, skal synliggjøres i planen. I tillegg er tiltaksplanen viktig dokumentasjon i saken.

### 4. Undersøk saken raskt og på flere måter

Å undersøke saken på flere måter kan bidra til at dere ser saken fra flere personers ståsted og ikke låser dere til deres egen oppfatning av saken. Sørg for å innhente informasjon fra flere kilder og sjekk det opp mot hverandre. Ved å kombinere flere perspektiver kan skolen avdekke svakheter ved undersøkelsene og få en mer nyansert forståelse av situasjonen.

Eksempler på undersøkelser kan være:

- samtaler med eleven, andre elever, lærere og ansatte
- observasjoner, både systematisk og usystematiske
- kartlegging av relasjoner og sosiale dynamikker i miljøet

Mye tyder på at det ikke finnes én spesifikk rekkefølge ting bør gjøres i, men at det er en kontinuerlig og sirkulær prosess.

### 5. Analyser informasjonen sammen

Dere må dele, analysere og sammenstille alle undersøkelsene og annen informasjon samlet. Vurder om dere har nok informasjon eller om dere må gjøre flere undersøkelser. Målet er å få en bred forståelse av situasjonen. Informasjonen dere har, og hvordan dere tolker den, gir dere forhåpentligvis en forståelse av

hva som gjør at eleven ikke har det trygt og godt på skolen.

Her er det viktig at dere er bevisst på deres egne holdninger, hva dere tenker om saken på forhånd og at dere er åpne for at ny informasjon kan bidra til å opplyse saken. Se på hvilke faktorer som bidrar til å opprettholde situasjonen.

## 6. Sett i gang tiltak basert på informasjonen dere har

Bruk undersøkelsene og analysen av disse til å sette inn egnede tiltak. Tiltakene må være begrunnet i informasjonen dere har.

Tenk igjennom hvor dere kan sette inn tiltak som skaper en endring for eleven. Dere må vurdere hva som er til elevens beste når dere velger tiltak og snakke med eleven og foreldre om hvorfor akkurat de tiltakene er valgt. Eleven og foreldre må få uttale seg om tiltakene dere har valgt. Erfaringsmessig er det behov for å sette inn tiltak på individ-, klasse- og skolenivå samtidig.

Eksempler på individuelle tiltak kan være:

- tett voksenkontakt.
- samtaler hvor eleven kan fortelle om sin skolehverdag og hvor det er lav terskel for å si fra.
- samtaler som har som formål å gjenopprette tillit og relasjoner.

Tiltak i klassen kan være:

- faste elevgrupper
- gjennomtenkt og forutsigbar plassering
- planlegge og gjennomføre undervisning på en måte som oppmuntrer til samarbeid og positive sosiale relasjoner
- arbeid med inkluderende fellesskap og verdier i gruppa
- gjøre aktiviteter sammen

Tiltak på skolenivå kan være at:

- skolen har tydelige forventinger til elevene
- alle som jobber på trinnet er godt informert og kjenner til felles avtaler og rutiner
- alle ansatte arbeider med tematikken i profesjonsfelleskapet
- skolen jobber systematisk over tid med felles mål og med felles forståelse av for eksempel nulltoleranse, krenkelser og inkluderende fellesskap
- skolen utarbeider felles rutiner om hvordan dere jobber med trygt og godt skolemiljø og hvordan dere følger opp dette i det daglige arbeidet

Dere må jevnlig evaluere og justere tiltaksplanen. Tiltakene må få tid til å virke, men de må endres hvis dere ser at de ikke virker. Det er viktig at eleven og foreldrene involveres i evalueringen av tiltakene. Det skal settes inn tiltak helt til dere er sikre på at eleven opplever å ha det trygt og godt.

## 7. Følg opp eleven og skolemiljøet over tid

De negative ettervirkningene kan vare lenge, og kan gi alvorlige konsekvenser for elevens psykiske og fysiske helse, skoleprestasjoner, fravær og sosialt samspill med andre. Eleven kan derfor ha behov for langsiktig oppfølging.

Hold kontakten med hjemmet for å trygge de på at eleven blir ivaretatt. Målet med oppfølgingsarbeidet er å gjenopprette en hverdag med trygghet og fellesskap så snart som mulig. Det er viktig å involvere eleven i dette arbeidet, slik at eleven opplever inkludering og tilhørighet.

Husk at tillit bygges gjennom erfaringer sammen og det tar tid. For noen kan dette ta lengre tid enn for andre, avhengig av blant annet sårbarhet, hva eleven har opplevd og eventuelt tidligere erfaringer.

### Viktig med dokumentasjon

- Husk å dokumentere fortløpende i saken, i det omfanget som er nødvendig.
- God dokumentasjon bidrar til bedre samarbeid med hjemmet, en transparent prosess og hjelper dere å gjøre gode vurderinger.